

# 健康サポート薬局 情報発信の取組み スマートライフロング プログラム 健康サポート薬局 活動報告

申請日:

2025年5月9日

申請企業名	クラフト株式会社	
開催店舗名	さくら薬局 佐倉南ユーカーが丘店	
店舗住所	千葉県佐倉市南ユーカーが丘1番地1 スカイプラザ・ステーションタワー1階	
催事名	体組成計体験会	
開催日	2024年12月12日	
催事内容	➤現状や目的・考え	内臓脂肪や筋力低下など気づかないうちに身体が衰えてしまいます。運動面や食事面でサポートできるよう提案を行い、生活習慣病の予防につながるきっかけになればと思い開催しました。
	➤実施内容	体成分測定器を用いて実際に体験し、筋肉量や内臓脂肪など確認していただきました。
	➤実施結果・効果	体重減量にあっても筋肉ではなく脂肪がきちんと減らせているかなどわかるため満足いただけました。 自身の体脂肪・筋肉量を知ることで、生活習慣見直しや運動継続の必要性についても理解していただけたと思います。
	➤参加者の感想	「年齢的に筋肉量少ないと思ったが予想よりもあったのでこれからも運動継続する」「太っている自覚あるので運動する」とのことでした
	➤課題・改善点	時間に余裕をもって開催したいです
	➤今後の活動方針・抱負	好評だったので今後も取り入れたいと思います
活動写真		